

TO BE FIT

# قائمة الطعام
# Food menu

| الأطباق | القرام | الإضافات | السعر | السعرات | الزيادات |
|---|---|---|---|---|---|
| رز أبيض+ دجاج مشوي .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج ١٦٠ | ٥٠ قرام الرز = ٢ ريال |
| رز أبيض+ دجاج فاهيتا .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج ١٩٠ | ٥٠ قرام المكرونة = ٣ ريال |
| رز أبيض+ دجاج شيش طاووق .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج ١٩٠ | ٥٠ قرام البطاطا المهروسة = ٣ريال |
| رز أبيض+ دجاج بالفطر .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج ٢٠٠ | ٥٠ قرام الخضار ٣ ريال |
| رز أبيض+ دجاج حار .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج - | ٥٠ قرام الدجاج = ٥ ريال |
| رز كبسة + دجاج مشوي .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٨٦ + دجاج ١٦٠ | ٥٠ قرام اللحم = ١٠ ريال |
| رز كبسة + دجاج فاهيتا .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٨٦ + دجاج ١٩٠ | ٥٠ قرام السلمون = ١٦ ريال |
| رز كبسة + دجاج شيش طاووق .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٨٦ + دجاج ١٩٠ | دبل جبن في البرجر ٢ ريال |
| رز كبسة + دجاج بالفطر .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٨٦ + دجاج ٢٠٠ | دبل الدجاج ٦ ريال |
| رز كبسة + دجاج حار .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٨٦ + دجاج - | دبل اللحم ٦ ريال |
| رز زعفران + دجاج مشوي .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج ١٦٠ | |
| رز زعفران + دجاج فاهيتا .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج ١٩٠ | |
| رز زعفران + دجاج شيش طاووق .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج ١٩٠ | |
| رز زعفران + دجاج بالفطر .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج ٢٠٠ | |
| رز زعفران + دجاج حار .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٢ | رز ١٦٦ + دجاج - | |
| رز أبيض+ كرات اللحم .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٨ | رز ١٦٦ + لحم ٢٢٠ | |
| رز كبسة+ كرات اللحم .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٨ | رز ١٨٦ + لحم ٢٢٠ | |
| رز زعفران+ كرات اللحم .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٢٨ | رز ١٦٦ + لحم ٢٢٠ | |
| رز أبيض+ سلمون .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٣٣ | رز ١٦٦ + لحم ٢٣٠ | |
| رز زعفران+ سلمون .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٣٣ | رز ١٨٦ + لحم ٢٣٠ | |
| رز كبسة+ سلمون .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | خضار ٥٠ قرام | ٣٣ | رز ١٨٦ + لحم ٢٣٠ | |
| مكرونة بيستو+ دجاج مشوي .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | بيستو ٢٦٩ + دجاج ١٦٠ | |
| مكرونة بيستو+ دجاج فاهيتا .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | بيستو ٢٦٩ + دجاج ١٩٠ | |
| مكرونة بيستو+ دجاج شيش طاووق .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | بيستو ٢٦٩ + دجاج ١٩٠ | |
| مكرونة بيستو+ دجاج بالفطر .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | بيستو ٢٦٩ + دجاج ٢٠٠ | |
| مكرونة بيستو+ دجاج حار .................. | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | بيستو ٢٦٩ + دجاج - | |

TBF

TO BE FIT

# قائمة الطعام

# Food menu



| الأطباق | القرام | الإضافات | السعر | السعرات |
|---|---|---|---|---|
| مكرونة بيضاء+ دجاج مشوي | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | مكرونة بيضاء ٢٦١ + دجاج ١٦٠ |
| مكرونة بيضاء+ دجاج فاهيتا | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | مكرونة بيضاء ٢٦١ + دجاج ١٩٠ |
| مكرونة بيضاء+ دجاج شيش طاووق | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | مكرونة بيضاء ٢٦١ + دجاج ١٩٠ |
| مكرونة بيضاء+ دجاج بالفطر | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | مكرونة بيضاء ٢٦١ + دجاج ٢٠٠ |
| مكرونة بيضاء+ دجاج حار | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | مكرونة بيضاء ٢٦١ + دجاج - |
| مكرونة حمراء+ دجاج مشوي | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | مكرونة حمراء ٢٣٠ + دجاج ١٦٠ |
| مكرونة حمراء+ دجاج فاهيتا | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | مكرونة حمراء ٢٣٠ + دجاج ١٩٠ |
| مكرونة حمراء+ دجاج شيش طاووق | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | مكرونة حمراء ٢٣٠ + دجاج ١٩٠ |
| مكرونة حمراء+ دجاج بالفطر | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٢٥ | مكرونة حمراء ٢٣٠ + دجاج ٢٠٠ |
| مكرونة حمراء+ دجاج حار | ١٥٠ + ١٥٠ | بدون | ٣٩ | مكرونة حمراء ٢٣٠ + دجاج - |
| بطاطس مهروسة + دجاج مشوي | ١٥٠+١٥٠ | بدون | ٢٥ | بطاطا مهروسة ١٣٧ + دجاج ١٦٠ |
| بطاطس مهروسة + دجاج فاهيتا | ١٥٠+١٥٠ | بدون | ٢٥ | بطاطا مهروسة ١٣٧ + دجاج ١٩٠ |
| بطاطس مهروسة + دجاج شيش طاووق | ١٥٠+١٥٠ | بدون | ٢٥ | بطاطا مهروسة ١٣٧ + دجاج ١٩٠ |
| بطاطس مهروسة + دجاج بالفطر | ١٥٠ +١٥٠ | بدون | ٢٥ | بطاطا مهروسة ١٣٧ + دجاج ٢٠٠ |
| بطاطس مهروسة + دجاج حار | ١٥٠ +١٥٠ | بدون | ٢٥ | بطاطا مهروسة ١٣٧ + دجاج - |
| برجر لحم | بدون حسبة | بطاطس + صوص | ٢٦ | ٢٣٠ |
| برجر دجاج | بدون حسبة | بطاطس + صوص | ٢٣ | ٢٣٠ |
| سلطة خضار | بدون حسبة | بدون | ١٣ | ٧٠ |
| سلطة سيزر | بدون حسبة | بدون | ١٦ | ١٤٠ |
| علبة الشوفان بالبستاشيو | بدون حسبة | بدون | ١٣ | ١١٥ |
| علبة الشوفان بالتمر | بدون حسبة | بدون | ١٣ | ١٢٠ |
| علبة الشوفان بالفراولة | بدون حسبة | بدون | ١٣ | ٩٥ |
| علبة الشوفان زبدة الفول السوداني | بدون حسبة | بدون | ١٣ | ١٢٠ |